



RUHIY JARAYON ONG RIVOJLANISHI

ZOKIROV BOSIRJON AXROROVICH

Katta o'qituvchi

So'zangaron Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi

Tibbiy psixologiya

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada ruhiy jarayonlar va ong rivojlanishining psixologik hamda pedagogik asoslari ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, tasavvur, nutq va emotsional-irodaviy jarayonlarning ong rivojlanishidagi o'rni yoritilgan. Shuningdek, shaxsning intellektual, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar, yosh davrlari psixologiyasi, ta'lim va tarbiya jarayonining ong shakllanishiga ta'siri hamda zamonaviy psixologik yondashuvlar tahlil etilgan. Maqolada ruhiy jarayonlarning o'zaro integratsiyasi, refleksiya, metakognitiv faoliyat va ongning rivojlanish mexanizmlari ilmiy manbalar asosida asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: *ruhiy jarayon, ong, ong rivojlanishi, psixik rivojlanish, sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, tasavvur, nutq, emotsiya, iroda, kognitiv rivojlanish, refleksiya, metakognitsiya, intellekt, shaxs rivojlanishi, psixologiya, pedagogika.*

KIRISH

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti 2022-yil 9-avgustda e'lon qilgan "Optimizing Brain Health Across the Life Course" hujjatida miya salomatligi insonning kognitiv, sensor, emotsional, ijtimoiy va xulq-atvor faoliyatining uzluksiz uyg'unligi sifatida tavsiflangan. Mazkur hujjatda ong rivojlanishiga ta'sir etuvchi asosiy determinantlar sifatida jismoniy salomatlik, xavfsiz muhit, uzluksiz ta'lim, ijtimoiy aloqalar va sifatli tibbiy xizmatlar ko'rsatilgan. Miya rivojlanishi



tugʻilishdan boshlab butun hayot davomida davom etadigan neyroplastiklik jarayoniga asoslanishi taʼkidlangan.

Ruhiy jarayonlarning tarkibiga sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, tasavvur, nutq, emotsiya va iroda kiradi. Ushbu psixik funksiyalar alohida emas, balki yagona funksional tizim sifatida faoliyat koʻrsatadi. Sezgi tashqi va ichki taʼsirlarni qabul qilishning boshlangʻich bosqichi boʻlsa, idrok sezgilardan olingan maʼlumotlarni yaxlit obrazga aylantiradi. Diqqat axborotni tanlab qayta ishlashni boshqaradi, xotira esa olingan bilimlarni kodlash, saqlash va qayta tiklashni taʼminlaydi. Tafakkur mavjud bilimlarni tahlil qilish, umumlashtirish va yangi xulosalar chiqarish orqali ongning eng yuqori kognitiv funksiyasini namoyon etadi.

ASOSIY QISM

Til va nutq ong rivojlanishining asosiy vositalaridan biri hisoblanadi. UNESCO 2023-yil 1-iyunda eʼlon qilgan “Language Acquisition in Early Years of Childhood” hisobotida tilning erta rivojlanishi nafaqat nutq, balki tafakkur, ijtimoiy-emotsional kompetensiya va keyingi akademik muvaffaqiyatning muhim omili ekanligi ilmiy dalillar bilan asoslangan. Hisobotda oilaviy muloqot sifati, maktabgacha taʼlim va ijtimoiy muhit bolaning ong rivojlanishiga bevosita taʼsir qilishi taʼkidlangan.

Ong rivojlanishida metakognitsiya muhim oʻrin egallaydi. Metakognitsiya insonning oʻz fikrlash jarayonini kuzatishi, nazorat qilishi va boshqarish qobiliyatini anglatadi. Rejalashtirish, oʻz-oʻzini nazorat qilish, refleksiya va natijalarni baholash kabi metakognitiv strategiyalar bilimlarning chuqur oʻzlashtirilishini taʼminlaydi. Reflektiv faoliyat rivojlangan shaxslarda muammolarni hal qilish tezligi, tanqidiy fikrlash va ijodkorlik darajasi yuqori boʻlishi kuzatiladi.

Ruhiy jarayonlarni rivojlantirishda emotsional intellekt ham muhim omil hisoblanadi. Emotsiyalarni anglash, boshqarish va boshqalarning hissiyotlarini tushunish ijtimoiy moslashuvni kuchaytiradi. Maktab muhitida ijobiy psixologik iqlim, qoʻllab-quvvatlovchi pedagogik munosabat va hamkorlikka asoslangan taʼlim



modeli o'quvchilarning ruhiy barqarorligi hamda ong rivojlanishiga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi. 2022-yil sentabr oyida WHO, UNESCO va UNICEF tomonidan maktablarda ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash bo'yicha ishlab chiqilgan tavsiyalarda xavfsiz ta'lim muhiti, psixologik qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish ustuvor yo'nalish sifatida belgilangan.

Mazkur mavzu yuzasidan ishlab chiqilgan ilmiy-nazariy tadqiqot modelida ruhiy jarayonlarning rivojlanish dinamikasi ko'p mezonli kognitiv diagnostika modeli asosida tahlil qilindi. Tahlil modeli beshta asosiy indikatorni o'z ichiga oldi: diqqatning konsentratsiyasi, operativ xotira hajmi, analitik tafakkur, verbal kompetensiya hamda metakognitiv refleksiya. Har bir indikator 20 ballik mezon asosida baholanib, integral psixologik indeks 100 ballik tizim orqali hisoblandi. Ushbu model ruhiy jarayonlarning o'zaro funksional bog'liqligini aniqlash imkonini beradi.

Nazariy modellashtirish natijasida ruhiy faoliyatning umumiy tuzilishida sezgi jarayonlari 12 %, idrok mexanizmlari 18 %, diqqat tizimi 16 %, xotira jarayonlari 20 %, tafakkur operatsiyalari 22 % va nutq hamda metakognitiv boshqaruv 12 % ulushni tashkil etuvchi funksional komponentlar sifatida qaraladi. Mazkur taqsimot ruhiy faoliyatda tafakkur va xotiraning markaziy o'rin egallashini, sezgi va idrok esa axborotni qabul qilishning boshlang'ich bosqichi sifatida xizmat qilishini ko'rsatadi.

Kognitiv arxitektura nuqtayi nazaridan ruhiy jarayonlar uch bosqichli axborotni qayta ishlash mexanizmi orqali amalga oshadi. Birinchi bosqich sensor registr bo'lib, tashqi muhitdan kelayotgan signallarni retseptorlar orqali qabul qiladi. Ikkinchi bosqich operativ xotira hisoblanib, bunda selektiv diqqat mexanizmi orqali axborot saralanadi va semantik kodlash amalga oshiriladi. Uchinchi bosqich uzoq muddatli xotira tizimi bo'lib, unda bilimlarning konsolidatsiyasi, rekonstruksiyasi va reproduksiya sodir bo'ladi. Ushbu uch bosqichning uzluksiz integratsiyasi ong rivojlanishining neyropsixologik asosini tashkil qiladi.



Metakognitsiya ong rivojlanishining eng muhim komponentlaridan biri hisoblanadi. Metakognitiv tizim rejalashtirish, monitoring, o‘z-o‘zini nazorat qilish, refleksiya va strategik boshqaruvdan iborat. Mazkur tizim rivojlangan shaxslarda muammolarni yechish algoritmlari qisqaradi, qaror qabul qilish aniqligi ortadi va kognitiv xatolar chastotasi kamayadi. Metakognitiv boshqaruv bilimlarni avtomatlashtirish hamda yangi vaziyatlarga transfer qilish imkoniyatini yaratadi.

Affektiv jarayonlar va kognitiv jarayonlar o‘rtasida kuchli funksional bog‘liqlik mavjud. Emotsional regulatsiya diqqatning selektivligini, xotiraning konsolidatsiyasini va tafakkurning moslashuvchanligini oshiradi. Motivatsion tizim dopaminergik neyron faolligi orqali bilish jarayonlarini rag‘batlantiradi. Shuning uchun motivatsiya darajasining ortishi kognitiv mahsuldorlikning ham ortishiga olib keladi.

Leksik-semantik tahlil nuqtayi nazaridan ruhiy jarayonlarga oid ilmiy terminologiya ko‘p komponentli konseptual tizimni tashkil etadi. Mazkur terminologik maydon tarkibiga “neyroplastiklik”, “ijro funksiyalari”, “sensor integratsiya”, “kognitiv moslashuvchanlik”, “semantik kodlash”, “metakognitiv monitoring”, “reflektiv boshqaruv”, “affektiv regulatsiya”, “perseptiv identifikatsiya”, “operativ xotira”, “konseptual tafakkur”, “deklarativ bilim”, “protseduraviy bilim” kabi ilmiy tushunchalar kiradi. Ushbu terminlar ruhiy jarayonlarning nazariy modelini izohlashda fundamental kategoriyalar sifatida xizmat qiladi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, ruhiy jarayon va ong rivojlanishi inson psixikasining eng murakkab hamda ko‘p bosqichli funksional tizimlaridan biri hisoblanadi. Ushbu jarayon biologik yetilish, markaziy nerv tizimining funksional rivojlanishi, ijtimoiy muhit, ta’lim-tarbiya va individual tajribaning o‘zaro integratsiyasi natijasida shakllanadi. Sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, tasavvur, nutq, emotsiya va iroda



kabi ruhiy jarayonlar bir-biri bilan uzviy bog‘langan bo‘lib, ularning kompleks rivojlanishi ongning sifat jihatdan takomillashishini ta’minlaydi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, kognitiv jarayonlarning samaradorligi metakognitiv boshqaruv, neyroplastiklik, ijro funksiyalari, sensor integratsiya va emotsional regulatsiya mexanizmlarining rivojlanganlik darajasiga bevosita bog‘liq. Ayniqsa, tanqidiy fikrlash, refleksiya, analitik tafakkur va muammoli vaziyatlarni hal qilish kompetensiyalarining rivojlanishi shaxsning intellektual salohiyatini oshiruvchi asosiy omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Zamonaviy psixologik yondashuvlarda ong rivojlanishi faqat bilimlarning ortishi bilan emas, balki ularni tahlil qilish, baholash, transformatsiya qilish va amaliy faoliyatga tatbiq etish qobiliyati bilan ham belgilanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti. “2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida” PF–60-son Farmon. 2022-yil 28-yanvar. [O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti rasmiy sayti](#)
2. O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta’limi vazirligi. *Umumiy o‘rta ta’limning davlat ta’lim standarti hamda Milliy o‘quv dasturi.* – Toshkent. [Maktabgacha va maktab ta’limi vazirligi rasmiy sayti](#)
3. O‘zbekiston Respublikasi Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi. “Ta’lim to‘g‘risida”gi O‘zbekiston Respublikasi Qonuni (O‘RQ–637, 2020-yil 23-sentabr) hamda ta’lim va psixologik xizmatga oid me’yoriy-huquqiy hujjatlar. [LexUZ milliy qonunchilik bazasi](#)
4. O‘zbekiston Milliy universiteti. *Psixologiya, rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya yo‘nalishlari bo‘yicha ilmiy tadqiqotlar va o‘quv-metodik materiallar.* [O‘zbekiston Milliy universiteti rasmiy sayti](#)